ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№16 (42) август 2005

журнал для тех, кто любит готовить










www.gastromag.ru

ISSN 1728-6948

■ салат «фурор» ■ овощная долма ■ кукурузная похлебка с сырными шариками ■ суп из пастернака ■ индейка под соусом чипотли ■ кальмары по-гавайски ■ помидоры, фаршированные баклажанами и копченой рыбой ■ помидоры, фаршированные курицей ■ запеканка овощная ■ картофельные котлеты с начинкой ■ кебабы из ветчины и персиков ■ свинина по-валийски с чесночным фланом ■ пирожки карельские из ржаной муки ■ яблочно-творожный чизкейк с маком ■ желе в арбузе ■ рулетики из переросших огурцов

РУССКИЙ ХИТ



Товар сертифицирован

Котлеты «Русский Хит» «Домашние» *со сладким перцем*

Ингредиенты:

одна упаковка котлет «Русский Хит» «Домашние»
3 сладких перца (желтый, красный, зеленый),
3 ст. л. рубленой зелени, 2 ст. л. оливкового масла.

Способ приготовления:

Котлеты приготовить согласно инструкции на пачке. Сладкий перец вымыть, освободить от плодоножки и семян, нарезать кубиками. В сковороде разогреть оливковое масло и обжарить перцы, постоянно помешивая, в течение 5 минут. Посолить по вкусу. Котлеты подать горячими с обжаренными перцами, украсив зеленью.



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ забота о вкусе

* Теперь в новой упаковке









Дорогие друзья!
Приближается 1 сентября – хоть и неофициальный, но тем не менее всенародный праздник. Предложите в этот день своим нынешним, будущим, а заодно и бывшим школьникам яблочный чизкейк или необыкновенный арбузный десерт – и весь учебный год у них будет прекрасное настроение.
А «Школа гастронома» продолжает конкурс читательских рецептов на лучшее блюдо для микроволновой печи. Напомним, что самые интересные из них мы опубликуем, а в конце года победитель получит главный приз – микроволновую печь фирмы Samsung.
Желаем удачи!

Ваша редакция



условные обозначения

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- сложность приготовления блюд
- легкие рецепты
- рецепты средней сложности
- рецепты для опытных кулинаров
- * полезный совет

содержание

салат «фурор»

Спонсор рецепта

ЖАР-ПТИЦА
Здоровая Кухня

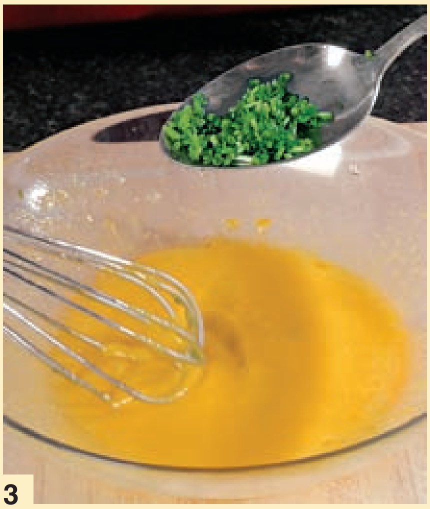




1



2



3



4



5



6



КСТАТИ

Пресс-размельчитель «Аллигатор» (Швеция) режет продукты кубиками и брусочками, причем быстро и аккуратно. С его помощью даже сложный салат вы приготовите за 5 минут. Этот инструмент незаменим, когда важно, чтобы все ингредиенты были одинаковыми по размеру, то есть при приготовлении салатов, овощных супов, заливного из овощей или фруктов. А кроме того, он избавит вас от такого неприятного занятия, как нарезка лука.

ЧТО НУЖНО:

200 г ветчины
100 г твердого сыра
2 яйца
2 свежих огурца
2 маринованных огурца
по 0,5 красного и желтого сладкого перца
1 груша
горсть кедровых орехов
соль, перец по вкусу

Для заправки:

2 желтка
сок 1 лимона
70 мл оливкового масла
2–3 пера зеленого лука

Для украшения:

1 свежий огурец

- Время приготовления: 15 мин.
- Порций: 6
- 1 порция: 627,7 ккал

белки – 29,3 г, жиры – 51,6 г, углеводы – 11,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Подготовить ингредиенты для нарезки на **прессе-размельчителе «Аллигатор»**. Яйца сварить вкрутую (8 мин.). Перцы вымыть и удалить сердцевину. Свежие и малосольные огурцы вымыть, отрезать кончики. Грушу очистить, разрезать на 4 части и удалить сердцевину. С помощью «Аллигатора» нарезать перцы, огурцы, яйца, грушу, ветчину и сыр одинаковыми по размеру кубиками.

2 Закончив нарезку, снять нижнюю сеточку, «зубочистку», с остатками продуктов, очистив таким образом зубчики «Аллигатора». Сеточку промыть водой. Сложить все ингредиенты в миску, посолить, поперчить по вкусу.

3 **Приготовить заправку.** Растереть желтки с соком лимона и оливковым маслом. Добавить нарезанный лук. Посолить, поперчить, перемешать. Заправить салат и выложить его в порционные салатницы. Присыпать кедровыми орешками.

4 Для украшения можно сделать розы из овощей. С помощью **серпантинореза** снять с огурца тонкую непрерывную стружку (инструмент работает по принципу точилки для карандашей).

5 Из полученного «серпантина» свернуть розу и украсить салат.

6 Так же можно сделать розы из свеклы, моркови, редьки, редиса, цуккини.

овощная долма





1



2



3



4



5



6

КСТАТИ

Отваривая рис, вместо соли можно положить 1 ч. л. **СУПЕР ПРИПРАВЫ МАГГИ® «Весенняя Зелень»**, в состав которой входят соль, сахар, чеснок, зелень петрушки, укропа, зеленого лука и базилика.



ЧТО НУЖНО:

1 пакет МАГГИ® НА ВТОРОЕ для курицы в сливочном соусе с пряными травами и чесноком

30 виноградных листьев в рассоле (примерно 130 г)

0,3 стакана риса

1 луковица

2 морковки, 2 помидора, 2 сладких перца

0,3 стручка острого перца

3–4 веточки свежей мяты

6 веточек свежей петрушки

растительное масло

200 мл сливок

соль по вкусу

- Время приготовления: 1 час 35 мин.
- Порций: 30 шт.
- 1 порция: 44,4 ккал

белки – 0,7 г, жиры – 2,7 г, углеводы – 4,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Виноградные листья промыть теплой водой, сложить в миску, залить кипятком и оставить на 1 час. Затем слить воду, листья еще раз промыть.

2 Лук, морковь и перцы очистить и нарезать тонкой соломкой. Помидоры вымыть, очистить от кожицы, нарезать небольшими кубиками. Зелень мяты и петрушки вымыть и измельчить.
Разогреть в сковороде растительное масло. Обжарить лук и морковь, 3 мин. Добавить перцы и готовить еще 2 мин. Добавить помидоры и зелень. Через 1 мин. снять с огня.

3 Рис выложить в кастрюлю, налить 1 стакан воды. Поставить на огонь и довести до кипения. Уменьшить огонь и варить 5 мин. Отбросить на дуршлаг и переложить в миску, добавить обжаренные овощи. Посолить по вкусу и тщательно перемешать.

4 Положить один виноградный лист гладкой стороной вниз. Выложить на него 1 ст. л. начинки и свернуть рулетом. Сделать рулетики из оставшихся листьев и начинки.

5 Разогреть духовку до 200 °С. Положить рулеты в один слой в прямоугольную форму для выпечки. Содержимое пакетика **МАГГИ® НА ВТОРОЕ** развести в теплых сливках.

6 Влить полученную смесь в форму. Накрыть фольгой, поставить в духовку и готовить 25 мин.

кукурузная похлебка с сырными шариками



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кукурузу отварить до готовности (30 мин.), остудить и срезать зерна. Перцы вымыть, разрезать пополам, удалить сердцевину. Нарезать мякоть полосками. Лук очистить и нарезать кольцами. Чеснок очистить и измельчить. Картофель очистить и нарезать кубиками.

2 В кастрюле разогреть сливочное масло. Обжарить в нем лук и чеснок (3 мин.), добавить перец, картофель и кукурузу. Влить бульон. Довести до кипения, уменьшить огонь, неплотно накрыть крышкой и варить 20 мин.

3 Из сыра вырезать шарики (или небольшие кубики). Разлить суп по тарелкам, в каждую положить несколько сырных шариков.



1

ЧТО НУЖНО:

- 3 сладких перца разных цветов
- 50 г зеленого лука
- 2 зубчика чеснока
- 1 картофелина
- 1 початок кукурузы
- 1 ст. л. сливочного масла
- 500 мл мясного бульона
- 200 г сыра
- соль, перец

- Время приготовления: 40 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 259,6 ккал

белки – 13,5 г, жиры – 16,0 г, углеводы – 15,4 г



2



3

суп из пастернака



ЧТО НУЖНО:

1 курица весом 1,2–1,5 кг
1 морковка
1 лавровый лист
2 ст. л. растительного масла
2 луковицы
300 г корня пастернака
3 яблока
1 пучок кинзы
200 мл молока
соль, перец по вкусу

- Время приготовления: 1 час 20 мин.
- Порций: 6
- 1 порция: 306,5 ккал

белки – 24,9 г, жиры – 15,8 г, углеводы – 16,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Курицу вымыть, нарезать на куски, положить в кастрюлю с водой и довести до кипения. Шумовкой снять пену. Добавить в бульон очищенные и подпеченные на сухой сковороде луковицу и морковку, лавровый лист, соль и перец. Уменьшить огонь и варить до готовности курицы, 40 мин. Бульон процедить. Курицу накрыть и отставить.

2 Вторую луковицу, пастернак и яблоки очистить и тонко нарезать. В кастрюле разогреть растительное масло, добавить лук, пастернак и яблоки и готовить 15 мин. на небольшом огне, помешивая. Кинзу нарезать. Добавить к овощам. Влить в кастрюлю 1 л куриного бульона и молоко. Довести до кипения, варить 25 мин.

3 Перелить суп в чашу блендера и измельчить в пюре. Вернуть в кастрюлю, посолить, поперчить по вкусу и прогреть до нужной температуры. Курицу, нарезанную на небольшие кусочки, разложить по тарелкам. Налить суп и подать к столу.



1



2



3

индейка под соусом чипотли

Спонсор рецепта



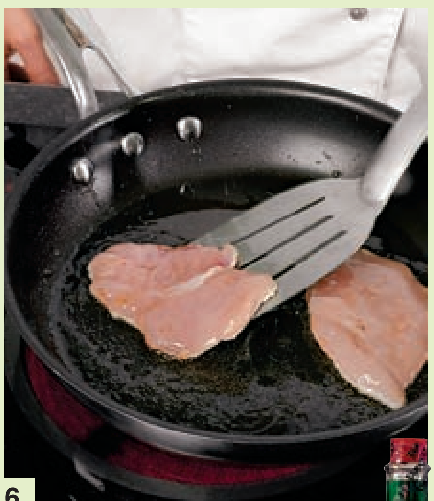

1


2


3


4


5


6

ЧТО НУЖНО:

800 г филе индейки
50 мл оливкового масла
1 ч. л. соуса Чипотли Табаско®

Для соуса:

100 г сливочного сыра
0,5 авокадо
2 ст. л. лимонного сока
1 ч. л. соуса Чипотли Табаско®
соль по вкусу

- Время приготовления: 30 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 523,5 ккал

белки – 45,9 г, жиры – 37,1 г, углеводы – 1,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Филе индейки вымыть, обсушить бумажными салфетками и разрезать на порционные куски. Накрыть куски пищевой пленкой и как следует отбить. Пленку снять.

2 Смешать оливковое масло с **соусом Чипотли Табаско®**. Натереть получившейся смесью каждый кусок, вновь накрыть пищевой пленкой и отставить в сторону.

3 Авокадо разрезать пополам, удалить косточку. Из одной половинки ложкой вынуть мякоть. Вторую половину сбрызнуть 1 ст. л. лимонного сока, накрыть пленкой и отставить в сторону. Выложить в чашу блендера мякоть авокадо, сливочный сыр, оставшийся лимонный сок.

4 Измельчить до однородной массы. При необходимости немного подсолить.

5 Добавить в массу **соус Чипотли Табаско®**.

6 Разогреть сковороду. Обжаривать куски индейки по 2 мин. с каждой стороны. Снять сковороду с огня, накрыть крышкой и дать постоять 5 мин. Отложенную половинку авокадо очистить от кожицы, нарезать тонкими ломтиками и уложить на сервировочное блюдо. Сверху поместить куски индейки. Отдельно подать соус.

КСТАТИ

Соус Табаско Чипотли (TABASCO® CHIPOTLE SAUCE) – с ярко выраженным привкусом копчения – американская компания «Макаленни» начала выпускать сравнительно недавно, в 2002 году. Его рецепт был заимствован у мексиканских индейцев, коптивших стручки острого перца в холодном дыму орехового дерева. Добавив в блюдо совсем немного этого соуса, можно в условиях городской кухни получить эффект гриля.



НАШ СОВЕТ

В качестве гарнира к этому блюду хорошо подать овощной салат с острой заправкой, приготовленной из оливкового масла, лимонного сока и нескольких капель **соуса Чипотли Табаско®.**

кальмары по-гавайски



ЧТО НУЖНО:

500 г кальмаров
2 картофелины
1 ст. л. сливочного масла
2 яйца
6 полосок бекона
2 ст. л. муки
соль, перец по вкусу

Для обжаривания:

0,5 стакана растопленного сливочного масла
0,5 стакана оливкового масла

- Время приготовления: 45 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 647,2 ккал

белки – 27,8 г, жиры – 52,7 г, углеводы – 15,4 г


1


2


3


4


5

Для этого блюда подходят тушки или кольца только свежезамороженных кальмаров. Если вы все-таки купили консервированные в рассоле, тщательно промойте их, чтобы не осталось постороннего привкуса. Приваривать консервированные кальмары не нужно.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кальмары разморозить, опустив на несколько минут в миску с холодной водой. Цельные тушки необходимо тщательно промыть, сняв наружную пленку и удалив внутренние хитиновые пластинки. Нарезать кальмары небольшими кусочками.
Вскипятить воду, слегка подсолить. Опустить в нее кальмары и через 1 мин. переложить в миску с ледяной водой. Воду слить, миску с кальмарами отставить.

2 Картофель тщательно вымыть и отварить в мундире. Остудить, очистить от кожуры, крупно нарезать. Провернуть через мясорубку кальмары вместе с картофелем и 1 ст. л. сливочного масла. Вбить в фарш яйца.

3 Бекон нарезать маленькими кусочками и обжарить на сухой раскаленной сковороде до шкварок (5 мин.). Добавить шкварки в фарш вместе с выделившимся жиром. Посолить, поперчить по вкусу. Перемешать.

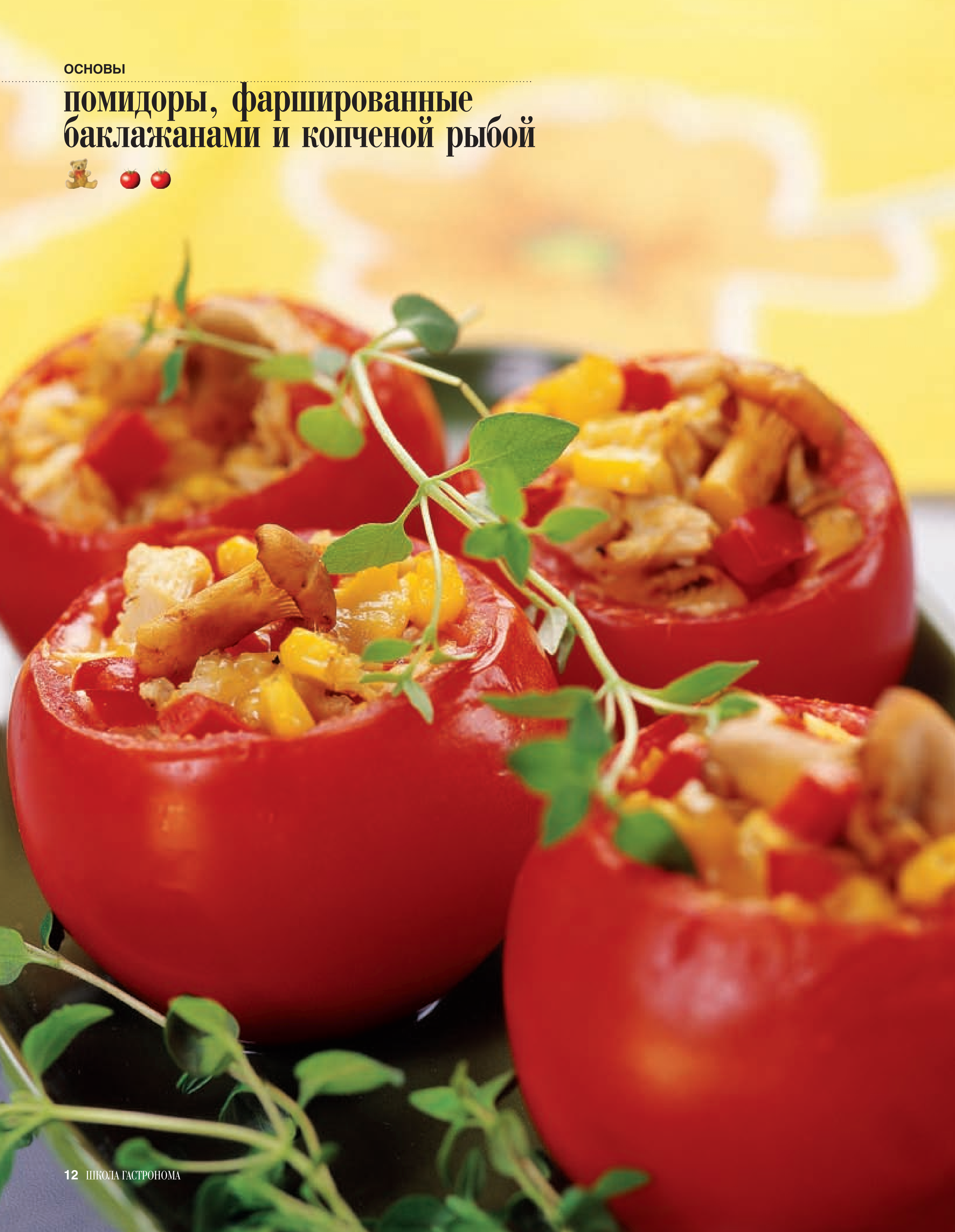
4 Из фарша сформовать треугольные или круглые котлетки диаметром примерно 3 см. Муку просеять на плоское блюдо и обвалять в ней каждую котлету.

5 Разогреть в сковороде сливочное и оливковое масло. Обжарить в этой смеси котлеты, по 2 мин. с каждой стороны.
Подавать с рисом, овощным или фруктовым салатом.

КСТАТИ

Покупая кальмаров в замороженном виде, обратите внимание на упаковку. Если она надорвана, возьмите другую. Замороженные кальмары должны быть твердыми и неподтаявшими. Не размораживайте их в горячей воде – ухудшаются их вкусовые качества.
Размораживать кальмаров надо непосредственно перед приготовлением. Повторное замораживание испортит вкус продукта.

помидоры, фаршированные баклажанами и копченой рыбой




1


2


3


4


5


6

ЧТО НУЖНО:

8 помидоров
1 баклажан
2 луковицы
400 г копченой рыбы
3 зубчика чеснока
1 яйцо
100 мл сливок
растительное масло
соль, перец по вкусу

- Время приготовления: 50 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 304,4 ккал

белки – 29,5 г, жиры – 14,3 г, углеводы – 14,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Помидоры вымыть, обсушить. Сделать небольшой срез снизу, чтобы плоды были устойчивыми. Срезать верхушку и аккуратно, стараясь не повредить стенки, вынуть чайной ложкой мякоть. Сложить ее в миску, отставить.

2 Помидоры присыпать изнутри небольшим количеством соли и дать постоять 3–4 мин., чтобы они дали сок.

3 Выложить помидоры срезом вниз на бумажные салфетки и оставить на 20 мин. За это время из помидоров стечет лишняя влага, и они не будут водянистыми.

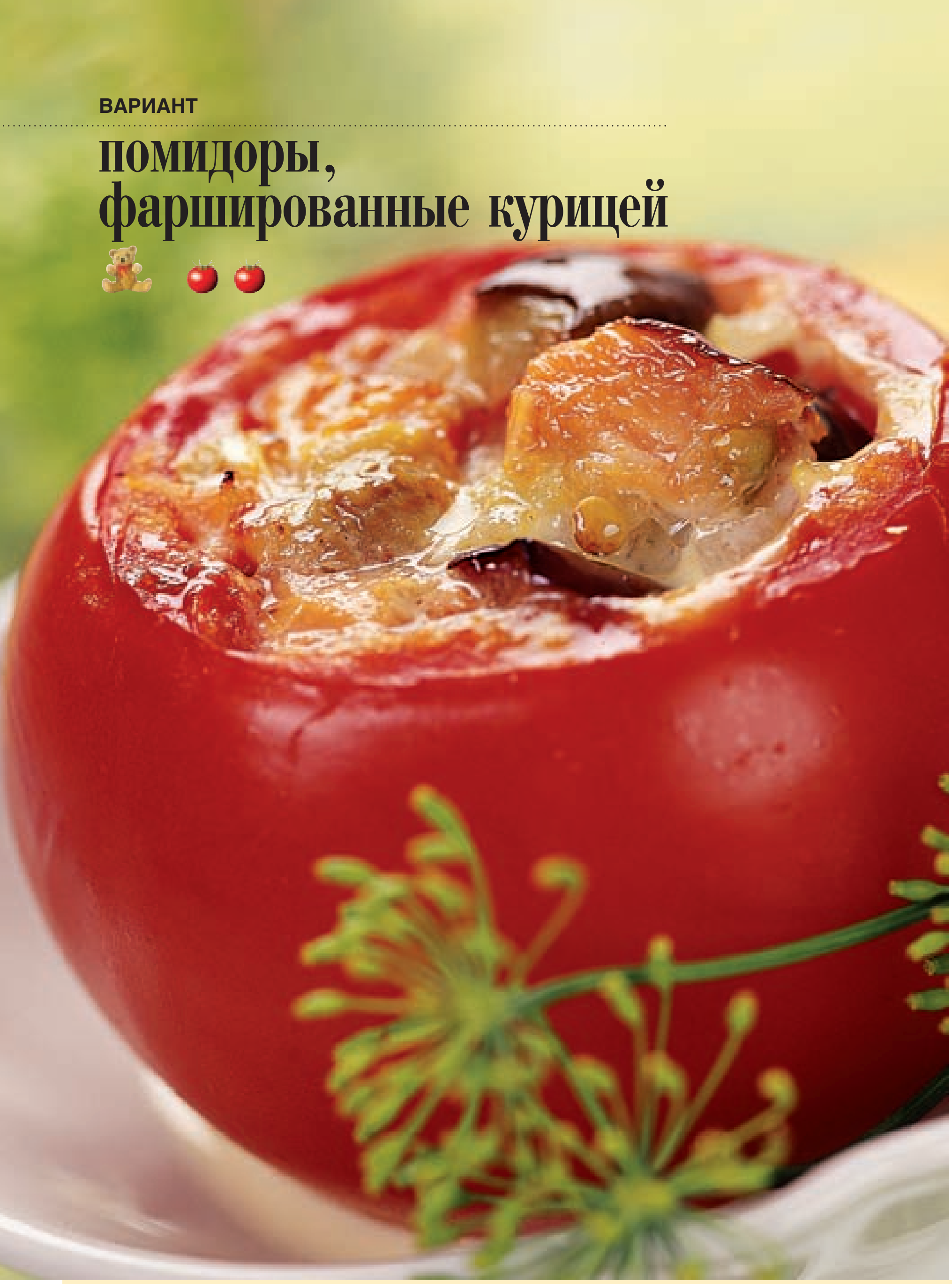
4 Разогреть духовку до 180 °С. Баклажан вымыть, порезать кружками, выложить на бумажные салфетки и присыпать солью. Через 10 мин. кружки промыть проточной водой, обсушить бумажными салфетками, выложить на противень, смазанный растительным маслом, и запекать 10 мин.
Духовку не выключать.

5 Лук и чеснок очистить и мелко нашинковать вместе с помидорной мякотью. Баклажан и рыбу нарезать кубиком. Все перемешать, посолить, поперчить по вкусу. Наполнить этой смесью помидоры.

6 Выложить помидоры на противень, смазанный растительным маслом. Взбить яйцо со сливками. Положить по 2 ст. л. в каждый помидор. Поставить в духовку и запекать 15 мин.

КСТАТИ

* Фаршировать и запекать целиком лучше всего крупные, мясистые помидоры, такие, например, как «бычье сердце».
* Храните помидоры при комнатной температуре, а не в холодильнике – холод убивает их аромат. Зеленоватые плоды надо поместить в бумажный пакет и оставить в темном месте. Помидоры дозреют быстрее, если в пакет положить одно яблоко.



ВАРИАНТ

помидоры, фаршированные курицей

ЧТО НУЖНО:

8 помидоров
400 г куриного филе
200 г свежих грибов
1 красный сладкий перец
100 г кукурузы
100 г сыра чеддер
соль, перец по вкусу

- Время приготовления: 45 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 322,6 ккал

белки – 34,4 г, жиры – 9,8 г, углеводы – 24,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Подготовить плоды помидоров для фаршировки так же, как в предыдущем рецепте.
Куриное филе вымыть, обсушить. Разогреть в сковороде растительное масло и быстро обжарить в нем курицу, по 2 мин. с каждой стороны. Дать немного остыть и нарезать небольшими кубиками. Перец вымыть, разрезать пополам и удалить плодоножку и семена. Мякоть нарезать такими же кусочками, как куриное филе.

2 Грибы тщательно вымыть и отварить в кипящей подсоленной воде в течение 10 мин. Откинуть на дуршлаг, немного остудить и нарезать небольшими кусочками. С кукурузы срезать зерна.

3 Смешать курицу, грибы, перец и кукурузу. Посолить, поперчить по вкусу, перемешать. Нафаршировать помидоры получившейся смесью, сверху посыпать тертым сыром. Запекать в духовке при 180 °С 15 мин.


1


2


3



Несколько слов о вегетарианстве

Вегетарианство – это не просто отказ от мяса. Это другой, новый набор блюд и, нередко, более частый режим приема пищи. В вегетарианском рационе важно разнообразие. Нестрогие вегетарианцы придерживаются растительно-молочной диеты, а строгие не употребляют яиц и молочных продуктов. В вегетарианстве важно правильно распределять продукты по приемам пищи.

- На завтрак предпочтительнее выбрать наиболее биологически полноценные продукты: сыр, сливочное масло, яйца, бобовые, хлеб, сахар, картофель, каши.
- Обед составляйте из блюд, дополняющих друг друга. Не ограничивайтесь одними овощами, добавляйте к ним блюда из круп или бобов, яйца, хлеб.
- На ужин исключите бобовые, ватрушки, сдобы, пирожки с капустой или картофелем, рекомендуются салаты, винегреты.
- Если Вы хотите перекусить, отдайте предпочтение фруктам, ягодам, печенью, чаю, кофе.

Для поддержания в организме баланса витаминов и минералов необходимо следить, чтобы в Вашем вегетарианском рационе непременно присутствовали нижеперечисленные продукты:

- Основные вегетарианские источники белка: соя, бобовые (фасоль и чечевица), зерновые, молочные продукты (йогурт, молоко и сыр).
- Источники железа: мюсли и хлеб из непросеянной муки, темно-зеленые листовые овощи, бобовые, орехи и семечки (фисташки, кешью, кунжутные семечки и кедровые орешки), геркулес, сухофрукты (инжир и курага), яйца.
- Источники кальция: молоко, сыр, йогурт и другие молочные продукты.
- Строгие вегетарианцы могут получить кальций из темно-зеленых листовых овощей (шпинат и кресс-салат), семечек (кунжутных, подсолнечных и льняных), орехов (миндальных и бразильских), сухофруктов.



запеканка овощная

ЧТО НУЖНО:

4 ч. л. СУПЕР ПРИПРАВЫ МАГГИ® «Весенняя Зелень»
300 г цветной капусты
4 картофелины
1 морковка, 1 луковица
1 зеленый болгарский перец
200 мл сливок жирностью 33%
100 г тертого сыра
3 ст. л. растительного масла

- Время приготовления: 40 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 147,7 ккал

белки – 4,5 г, жиры – 10,9 г, углеводы – 7,6 г





1

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту отваривать в кипящей воде в течение 5 мин., откинуть на дуршлаг. Картофель и лук очистить, нарезать кубиками (1x1 см) и обжарить вместе в течение 2 мин. с 2 ст. л. растительного масла.

2 Морковку очистить, нарезать кубиками и обжарить на оставшемся растительном масле отдельно в течение 2 мин., добавить нарезанный кубиками болгарский перец и жарить еще 2 мин.

3 Приготовить соус: смешать сливки с **СУПЕР ПРИПРАВОЙ МАГГИ® «Весенняя Зелень»**. Овощи выложить в форму для запекания и залить соусом. Посыпать запеканку сверху тертым сыром и готовить в разогретой до 180 °С духовке в течение 25 мин.


2



3а


3б

СОВЕТ ОТ МАГГИ®
Цветную капусту можно заменить на брюссельскую. По желанию можно добавить в запеканку 300 г нарезанного кубиками и обжаренного на растительном масле цуккини (способ приготовления тот же).

картофельные котлеты с начинкой

ЧТО НУЖНО:

4 ч. л. СУПЕР ПРИПРАВЫ МАГГИ® «Весенняя Зелень»
1 пакетик КАРТОФЕЛЬНОГО ПЮРЕ МАГГИ® 120 г
500 г брокколи
2 яйца
2 ст. л. муки
0,5 стакана панировочных сухарей
3 ст. л. растительного масла

- Время приготовления: 40 мин.
- Порций: 4
- 1 порция: 147,7 ккал

белки – 4,5 г, жиры – 10,9 г, углеводы – 7,6 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Брокколи отваривать в кипящей воде в течение 5 мин., откинуть на дуршлаг и измельчить в блендере.
Добавить 2 ч. л. **СУПЕР ПРИПРАВЫ МАГГИ® «Весенняя Зелень»**, перемешать.

2 Развести в 400 мл кипятка оставшуюся **СУПЕР ПРИПРАВУ МАГГИ® «Весенняя Зелень»**, всыпать **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ МАГГИ®**, перемешать и остудить до комнатной температуры.

3 Картофельную массу разделить на 8 частей и сформовать шарики, в каждом сделать углубление, положить подготовленную начинку. Придать шарикам форму биточков. Обвалять в муке, затем во взбитых яйцах и в сухарях и обжаривать на разогретом растительном масле по 2–3 мин. с каждой стороны.



1



2


3а



3б

Товар сертифицирован

СОВЕТ ОТ МАГГИ®

Картофельные котлеты лучше подавать, полив соусом. Для этого 1 ст. л. муки поджарьте на сливочном масле (40 г), добавьте 200 мл сливок (жирностью 33%) и 0,5 ч. л. **СУПЕР ПРИПРАВЫ МАГГИ® «Весенняя Зелень»**. Все перемешайте и проварите 5 мин.





Наполните блюда свежестью!
Весенняя зелень
Maggi®
Супер Приправа
75г
Товар сертифицирован

Кебабы из ветчины и персиков



ЧТО НУЖНО:

2 ст. л. растительного масла
2 ст. л. горчицы
2 ст. л. абрикосового джема
1 ст. л. лимонного сока
400 г окорока
2 персика

- Время приготовления: 25 мин.
- Порций: 2
- 1 порция: 797,4 ккал

белки – 30,0 г, жиры – 61,8 г, углеводы – 30,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Деревянные шпажки положить на 20 мин. в холодную воду. Растительное масло, горчицу, абрикосовый джем и лимонный сок взбить миксером.

2 Персики вымыть, разрезать пополам и удалить косточку. Нарезать персики и окорок одинаковыми по размеру кусками, шириной примерно по 2,5 см. Поочередно нанизать кусочки персиков и окорока на шпажки. На каждой шпажке должно быть по 4–5 кусочков.

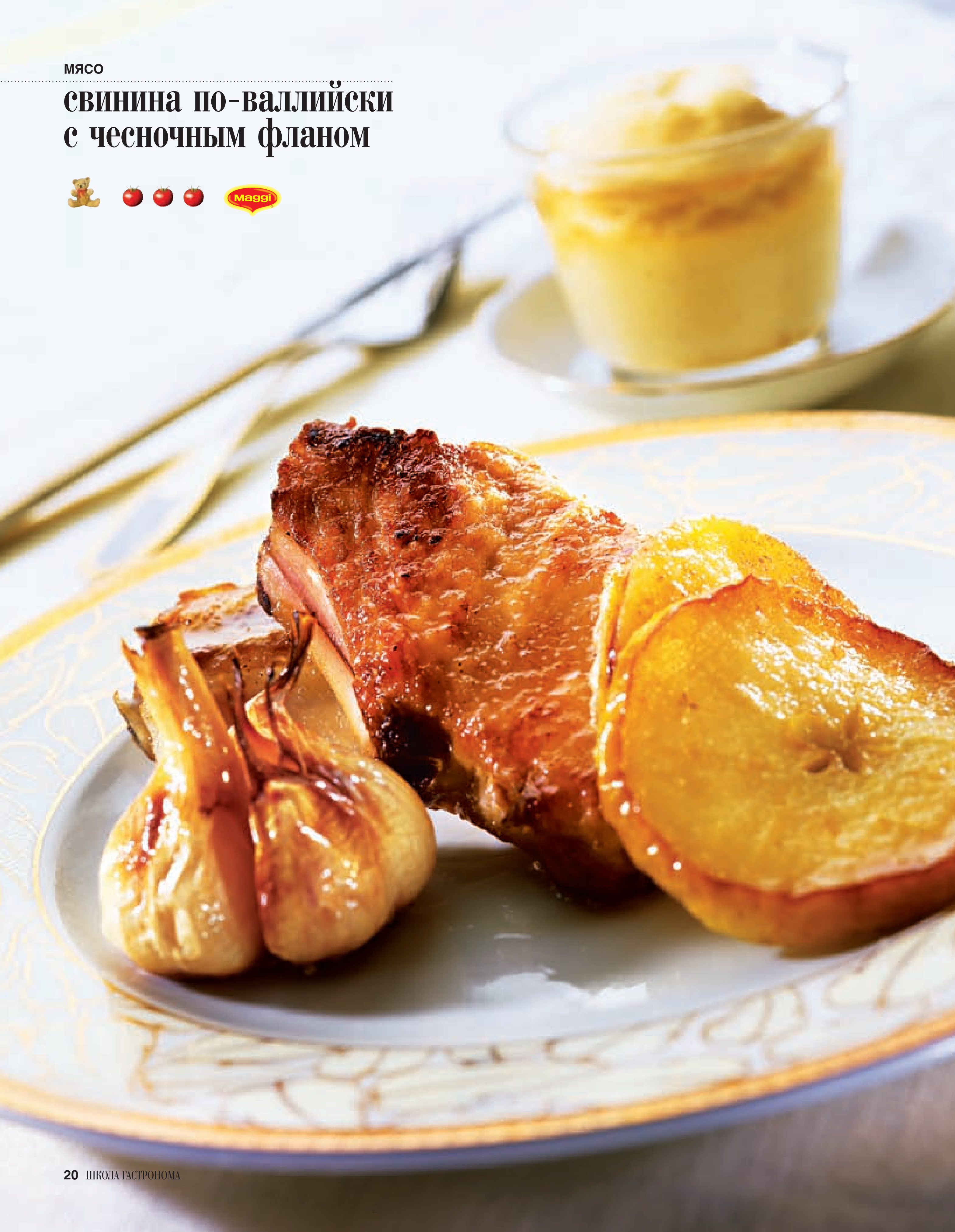
3 Обильно смазать кебабы получившимся маринадом. Дать постоять 30 мин. Обжарить на гриле или на раскаленной сковороде, по 1,5 мин. с каждой стороны.


1


2


3

свинина по-валлийски с чесночным фланом




1


2


3


4


5


6

КСТАТИ

При приготовлении этого блюда вместо соли и перца можно использовать **БУКЕТ ПРИПРАВ МАГГИ® к мясным блюдам**. Для этого свиные отбивные надо натереть 1 ст. л. приправы. 0,5 ч. л. БУКЕТА ПРИПРАВ можно добавить и в смесь для чесночного флана.



ЧТО НУЖНО:

- 4 свиные отбивные
- соль и черный молотый перец
- 0,5 ч. л. тертого имбиря
- 2 ч. л. меда
- 2 яблока
- сок 0,5 лимона
- 1 ст. л. сахара
- 50 г сливочного масла

Для чесночного флана:

- 4 головки чеснока
- 2 яйца
- 2 ст. л. муки
- 200 мл сливок
- соль, перец по вкусу

■ Время приготовления: 1 час 30 мин.
■ Порций: 4
■ 1 порция: 882,5 ккал
белки – 34,5 г, жиры – 72,0 г, углеводы – 24,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 С отбивных срезать лишний жир. Натереть солью, перцем. Смешать мед с имбирем, смазать смесью куски свинины.

2 Яблоки вымыть, удалить кожуру и вырезать сердцевину. Нарезать тонкими кружками. Форму для выпечки смазать небольшим количеством масла. Положить в форму свинину, сверху яблоки.

3 Разогреть духовку до 170 °С. В сотейнике растопить оставшееся сливочное масло, добавить лимонный сок и сахар. Перемешать и полить свинину, оставив в сотейнике примерно 2 ст. л. Накрыть форму фольгой, поставить в духовку и выпекать 1 час. За 10 мин. до готовности мяса снять фольгу и полить свинину оставшимся маслом. Снова накрыть форму с мясом и поставить в теплое место. Духовку не выключать.

4 **Сделать чесночный флан.** Чеснок очистить от кожицы. Выложить на противень и поставить в духовку на 10 мин. Остудить и выдавить из каждого зубчика мякоть. Запекать головки чеснока в духовке можно одновременно с приготовлением свинины, поставив противень на нижний уровень и увеличив время до 18 мин.

5 Измельчить выдавленный чеснок в пюре, добавить яйца, муку и сливки. Посолить, поперчить. Перемешать.

6 Разлить по формочкам и запекать в духовке при 170 °С 20 мин. Не вынимая чесночный флан из формочек, подать к свинине.

ВЫПЕЧКА

пирожки карельские из ржаной муки

Спонсор рецепта – компания ASKO



ЧТО НУЖНО:

Для теста:

200 мл воды

500 г ржаной муки

1 ч. л. соли

Для начинок:

1 стакан риса

1 стакан воды

1,2 л молока

10 картофелин средней величины

1,5 ст. л. сливочного масла

зеленый лук, петрушка, укроп

1 ч. л. соли

Для пасты:

3 яйца

50 г масла

зелень петрушки и укропа



1



2



3



4



5

- Время приготовления: 55 мин.
- Порций: 15
- 1 порция: 411 ккал

белки – 11,6 г, жиры – 11,5 г, углеводы – 65,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Сделать рисовую начинку.** Вскипятить воду, всыпать рис, довести до кипения и готовить 2 мин. Влить 1 л молока, варить 10 мин. Снять с огня, остудить. В остывший рис добавить мелко нарезанные лук и петрушку. Перемешать. **Сделать картофельную начинку.** Картофель отварить в мундире. Очистить и размять в пюре. Влить в картофель 200 мл теплого молока, добавить масло, соль и измельченный укроп.

2 **Приготовить тесто.** Муку и соль всыпать в миску с водой, хорошо вымесить. Стол обильно присыпать мукой. Выложить тесто и скатать из него колбаску диаметром 3–3,5 см. Разрезать ее на 15 частей.

3 Раскатать каждый кусочек в лепешку диаметром 10 см. В середину каждой положить по 2 ст. л. начинки. Защипнуть края, оставив середину лепешки открытой.

4 Разогреть духовку до 300 °С. Пирожки выложить на смазанный маслом противень и выпекать 10 мин. Готовые пирожки смазать сливочным маслом. Накрыть пергаментом и оставить на 20 мин.

5 **Сделать яично-масляную пасту.** Яйца отварить вкрутую и порубить. Масло растопить. Зелень вымыть и измельчить. В смесь яиц и зелени влить масло. Посолить, перемешать. Подать к пирожкам.



КСТАТИ

Большой выбор режимов – равномерный нагрев снизу и сверху, гриль, гриль с воздушной циркуляцией, конвекция, а также режим размораживания и сушки продуктов – позволяют использовать **духовые шкафы ASKO** для приготовления самых разных блюд. Например, максимальная температура духовки (300 °С) идеально подходит для выпечки пирожков из пресного теста.

яблочно-творожный чизкейк с маком





1



2



3



4



5



6

КСТАТИ

Яблоки можно купить в любое время года. Но, конечно, самые «яблочные» месяцы – август и сентябрь: плоды в это время наиболее вкусные и полезные. Поспешите этим воспользоваться. Тем более что яблоком невозможно испортить ни одно блюдо, в том числе классический чизкейк.

ЧТО НУЖНО:

Для основы:

2 стакана крекерных крошек
100 г сливочного масла
2 ст. л. сахара
2 ч. л. лимонного сока

Для начинки:

500 г нежирного творога
200 г сливочного сыра
3 яйца
200 г сахара
1 ч. л. ванильного сахара
щепотка соли
50 г мака
6 больших яблок

- Время приготовления: 1 час 40 мин.
- Порций: 10–12
- 1 порция: 354,8 ккал

белки – 15,4 г, жиры – 15,3 г, углеводы – 38,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мак промыть теплой водой. В сотейнике вскипятить 0,5 стакана воды. Всыпать мак, уменьшить огонь до минимума и, постоянно помешивая, пропарить в течение 7 мин. Снять с огня и остудить. Глубокую разъемную форму для выпечки смазать растительным маслом. Крекерные крошки вместе с сахаром измельчить в блендере. Не выключая блендер, добавить сливочное масло и лимонный сок.

2 Разогреть духовку до 180 °С. Получившуюся смесь выложить в форму, распределить ровным слоем по дну и бортикам. Накрыть пищевой пленкой и поставить на 15 мин. в холодильник. Затем снять пленку и переставить форму в духовку. Выпекать 10 мин. Дать остыть. Духовку не выключать.

3 Творог взбить с сахаром. Продолжая взбивать, добавить сливочный сыр, яйца, ванильный сахар и соль.

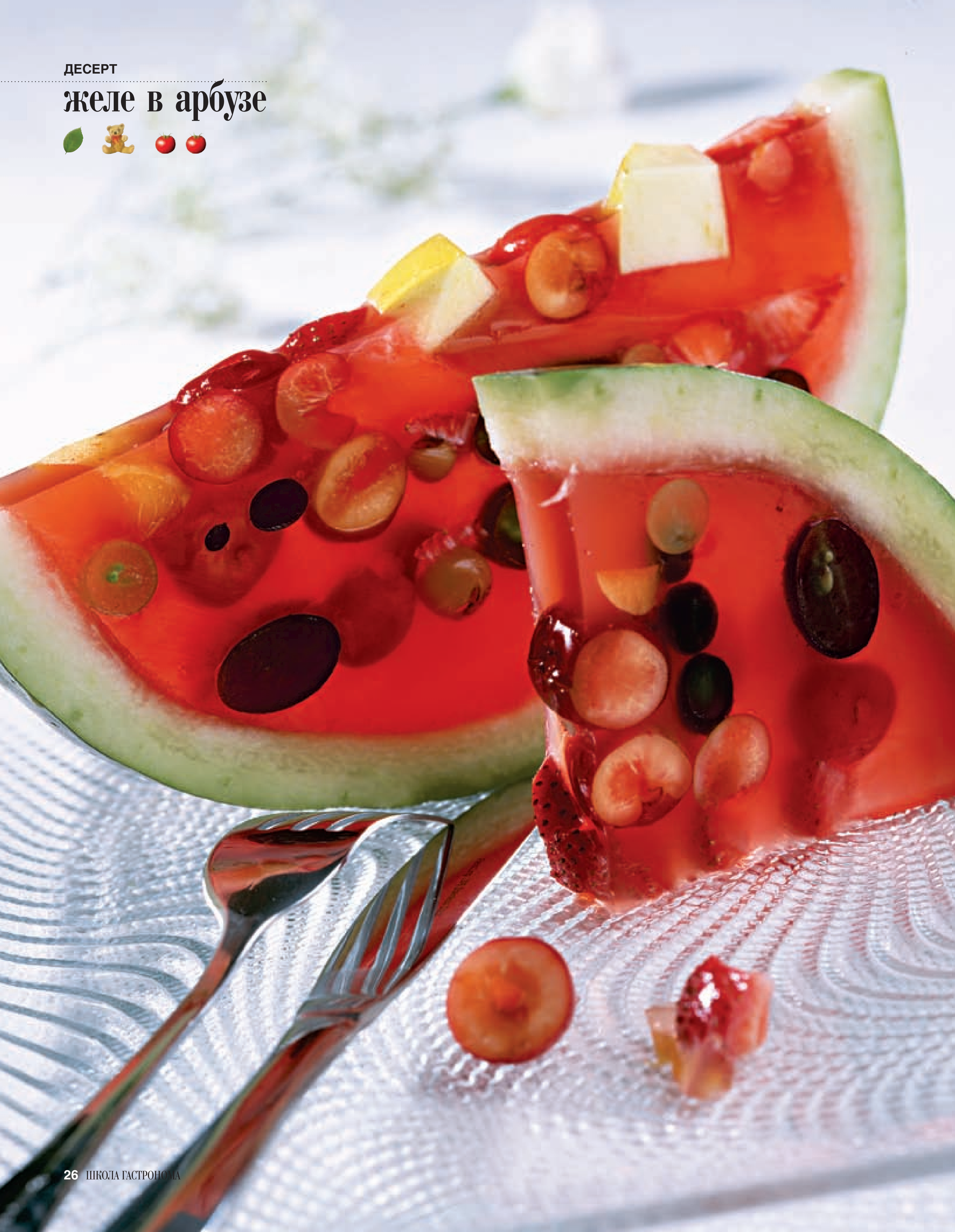
4 Разделить творожную массу на три части. В две из них добавить мак и перемешать.

5 Творожно-маковую массу выложить по краям основы чизкейка. Середину заполнить массой без мака.

6 Яблоки вымыть. Разрезать каждое на 5–6 частей, удалить сердцевину. Вновь сложить яблоки в целое и аккуратно поместить в форму с чизкейком. Накрыть листом пергамента, поставить в духовку и выпекать 50 мин. Остудить до комнатной температуры.

ДЕСЕРТ

желе в арбузе





1



2



3



4



5



6

НАШ СОВЕТ

Выбирая арбуз, придерживайтесь простых, но проверенных правил. Во-первых, хвостик ягоды должен быть высохшим по всей длине. Во-вторых, при постукивании по кожуре арбуз должен резонировать. И в-третьих, пятно на боку должно быть темно-желтого цвета.

ЧТО НУЖНО:

арбуз весом 2–3 кг
фрукты и ягоды (персики, абрикосы, груши, виноград, вишня, клубника)
1 стакан белого сухого вина
2 стакана сахара
5 ст. л. желатина
щепотка корицы

- Время приготовления: 50 мин. + 4 часа
- Порций: 10
- 1 порция: 25,1 ккал

белки – 0,9 г, жиры – 0 г, углеводы – 5,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Арбуз тщательно вымыть, разрезать пополам и аккуратно вынуть мякоть. Стенки арбуза должны быть внутри максимально ровными. В большой кастрюле вскипятить воду. Каждую половинку арбуза подержать над паром срезом вниз 4–5 мин.

2 Мякоть арбуза протереть в миску через сито.

3 Фрукты вымыть, обсушить. Ягоды винограда снять с кисти. Из вишни (черешни), персиков и абрикосов удалить косточки. Груши или яблоки очистить от кожицы, разрезать на 4 части и удалить сердцевину. Нарезать фрукты кубиками, размер которых соответствовал бы размеру вишни или винограда.

4 Из 0,5 л воды и 1 стакана сахара сварить сахарный сироп. Порциями опускать в него фрукты и проваривать 2 мин., следя за тем, чтобы фрукты не разварились. Вынуть фрукты шумовкой.

5 Желатин замочить в небольшом количестве теплой кипяченой воды. В отвар из фруктов добавить протертую мякоть арбуза, оставшийся сахар, вино и корицу. Довести до кипения и варить 2–3 мин. Процедить, дать немного остыть и ввести набухший желатин.

6 Положить в половинки арбуза часть фруктов, залить чуть остывшим сиропом и поставить на холод. Когда сироп немного застынет, вновь положить порцию фруктов и влить сироп. Снова поставить на холод. Когда обе половинки арбуза будут заполнены, накрыть их пищевой пленкой и поставить в холодильник минимум на 4 часа.
Застывшее желе нарезать ломтиками и подать к столу.

КОНСЕРВИРОВАНИЕ

рулетики из переросших огурцов




1


2


3


4


5


6

ЧТО НУЖНО:

1 кг огурцов
50 г зелени укропа
20 г зелени эстрагона
1 головка чеснока
15–20 листьев смородины
50 г соли
50 мл яблочного уксуса
0,5 л воды

■ Время приготовления: 45 мин. + 24 часа
■ Порций: 10
■ 1 порция: 16,1 ккал
белки – 0,9 г, жиры – 0,1 г, углеводы – 2,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Огурцы вымыть, очистить от кожицы. Нарезать продольными пластинами толщиной примерно 1 см. Зелень укропа и эстрагона вымыть, обсушить и измельчить. Чеснок разобрать на зубчики и крупно нарезать. Листья смородины вымыть и обсушить.

*** Для этого блюда можно использовать не только укроп и эстрагон (тархун) – подойдет любая зелень. Не будут лишними и несколько листиков мяты.**

2 Уложить огурцы слоями в стеклянную или керамическую тару, пересыпая каждый слой солью, измельченной зеленью и чесноком.

3 Сверху положить часть листьев смородины так, чтобы огурцы были полностью закрыты.

4 Воду, смешанную с уксусом, вскипятить и затем охладить до комнатной температуры. Залить получившимся раствором огурцы, накрыть тарелкой или перевернутой крышкой, сверху поместить гнет. Оставить в прохладном месте на одни сутки.

5 Через сутки, когда огуречные пластины станут мягкими, свернуть их вместе с зеленью и чесноком в рулеты. На дно стерилизованной банки положить половину оставшихся листьев смородины, затем плотно уложить рулеты.

6 Рассол процедить через сито и вскипятить. Залить горячим рассолом огурцы, сверху положить листья смородины. Закрыть банку и поставить на хранение в темное прохладное место.

КСТАТИ

Переросшие, не вовремя собранные огурцы опытные огородники считают браком. Но это не значит, что такие плоды нужно выбрасывать. Законсервируйте их по нашему рецепту, и зимой у вас будет отличный гарнир для мясных и рыбных блюд. Кроме того, переросшие огурцы можно очистить от кожицы и семян, нарезать кубиками, засолить обычным способом и использовать в дальнейшем для приготовления рассольников, азу, салатов и других блюд.

школа кулинарного мастерства

Вам грустно оттого, что лето подходит к концу? Не беда, ведь вас по-прежнему ждет увлекательное и бесконечное путешествие – в мир кулинарии.

С сентября мастер-классы будут проходить каждый день (кроме пятницы).

Мы подготовили подарок – для начинающих разработан специальный курс «От простого к сложному», который приятно удивит и ценой. Нашим давним поклонникам мы предложим новую программу, включающую в себя грузинскую, французскую кухни, правильное питание, детское меню и многое другое. Чтобы вы могли в полной мере раскрыть свои кулинарные таланты, мы разработали для вас очень привлекательную систему скидок и абонементов – более подробно читайте на сайте ***www.gastromag.ru*** *.*

Вы можете выиграть подарочный сертификат на любой курс, если заполните анкету там же и примете участие в розыгрыше. Желаем удачи и с нетерпением ждем встречи с вами!



расписание курсов

NEW

Будни: утро с 11.00 до 15.00, вечер с 18.00 до 22.00.
Выходные (суббота, воскресенье): с 10.00 до 17.00.

август

Вторник • 16, 23	• утро	• *низкокалорийное меню* • *летнее меню*
	• вечер	• *итальянская кухня*
Среда • 17, 24	• утро, вечер	• *французская кухня*
Четверг • 18, 25	• утро, вечер	• *салаты и закуски*

сентябрь

Понедельник • 5, 12, 19, 26	• утро, вечер	• *курс молодой хозяйки: от простого к сложному*
Вторник • 6, 13, 20, 27	• утро	• *паста, ризотто и пицца*
	• вечер	• *30 оригинальных блюд*
Среда • 7, 14, 21, 28	• утро	• *французская кухня*
	• вечер	• *домашние приемы: салаты и закуски*
Четверг • 1, 8, 15, 22, 29	• утро	• *детское меню*
	• вечер	• *фруктово-ягодные десерты и выпечка*
Выходные • 4, 11, 18, 25	• 1-я группа	• *семейный обед в европейском стиле*
	• 2-я группа	• *худеем без диет: низкокалорийное меню*

октябрь

Понедельник • 3, 10, 17, 24, 31	• утро, вечер	• *курс молодой хозяйки: от простого к сложному*
Вторник • 4, 11, 18, 25	• утро	• *супы – новинки и классика*
	• вечер	• *горячее из мяса и птицы*
Среда • 5, 12, 19, 26	• утро	• *японская кухня: суши, роллы и сашими*
	• вечер	• *горячее из рыбы*
Четверг • 6, 13, 20, 27	• утро	• *худеем без диет: низкокалорийное меню*
	• вечер	• *низкокалорийные десерты и выпечка*
Выходные • 1–2, 8–9, 15–16, 22–23, 29–30	• 1-я группа	• *итальянская кухня*
	• 2-я группа	• *грузинская кухня*

Стоимость курса «От простого к сложному»: 1200 руб. Курсы по будням: 2200 руб.
Курс в выходные дни: 260 $

г. Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1. Телефон для справок: 725-10-70.
Информацию о Школе кулинарного мастерства вы можете получить на сайте **www.gastromag.ru**

УЕЗЖАЕШЬ В ОТПУСК — ПОДПИШИСЬ НА ЛЮБИМЫЙ ЖУРНАЛ

Дорогие читатели! Вы можете подписаться на наши журналы «Гастрономъ» и «Школа гастронома» через редакцию.

Стоимость одного номера журнала «Гастрономъ» – 65 руб.

Журнал выходит 1 раз в месяц. Вы можете подписаться на любые номера в течение 2005 года. Оформив подписку до 15 числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца.

Для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины:

• стоимость одного номера журнала «Гастрономъ» – 2,80 $

Для остальных стран:

• стоимость одного номера журнала «Гастрономъ» – 7,70 $

Стоимость одного журнала «Школа гастронома» – 30 руб.

Журнал выходит два раза в месяц.

Стоимость подписки на один месяц 60 руб.

Вы можете подписаться на любые номера в течение 2005 года. Оформив подписку на журнал до 15 числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца.

Для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины:

• стоимость одного номера журнала «Школа гастронома» – 1,50 $

Для остальных стран:

• стоимость одного номера журнала «Школа гастронома» – 3,00 $

Подписаться на наши журналы очень просто.

1. Заполните квитанцию. Укажите Ф.И.О., адрес, на который будет приходить заказная бандероль с журналами, ваш контактный телефон.

2. Поставьте отметку на выбранном варианте.

3. Отметьте крестиком номера журналов в квитанции.

4. Оплатите квитанцию в любом отделении Сбербанка РФ.

Копию оплаченной квитанции отправьте к нам в редакцию по адресу:

125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр.1, или по факсу: (095) 725-1074.

В случае неполной информации в квитанции мы будет ориентироваться на уплаченную вами сумму. В цену подписки не включена комиссия Сбербанка. Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение 3 дней с момента выхода журнала.

5. Подписка для юридических лиц оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: onikul@idvz.ru.

Вы также можете оформить подписку на наши журналы и в других странах.

Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.

Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn». Acc. №40702840538040205252 with Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982, Moscow S.W.I.F.T. Code: SARRUMM

Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia Correspondents (Nostro): The Bank of New York, USA SWIFT Code: IRVTUS3N, Acc.890-0057-610

Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты.

Также подписаться на журнал можно в любом отделении связи или через подписные агентства.

АПР: объединенный каталог «Пресса России»
44140, 44141 – Гастрономъ;
84584, 83273 – Школа гастронома

Роспечать: каталог агентства «Роспечать»
81150, 81158 – Гастрономъ;
83316, 83284 – Школа гастронома

МАП: каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
12598, 99378 – Гастрономъ;
12599, 11308 – Школа гастронома

Интер-почта-2003: тел. (095) 500-0060 (по Москве) (095) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)

Вся пресса: тел. (095) 787-3445

Коммерсант-Челябинск: тел. (351) 778-0699

Обновление: г. Сергиев Посад, тел. (254) 6-0983

ЧП Мостовщикова С.М.: г. Тюмень, тел. (3452) 25-0036

Подписное агентство KSS: г. Киев, тел. (044) 270-6220
30850 – Гастрономъ; 34035 – Школа гастронома

ИЧУП «РЭМ-Инфо»: г. Минск, тел.: (017) – 291-9891, каталог «Белпочта»: 44141 – Гастроном, 46345 – Садовник, 81158 – Школа гастронома.



где купить

• Товары для кухни от компании «Жар-птица – Здоровая Кухня»
г. Москва, Электродный проезд, 6–36,
тел.: (095) 176-7610, 176-3542,
e-mail: info@fire-bird.ru

• Соусы «Табаско»
во всех крупных супермаркетах
www.ustp.ru

• Бытовая техника компании ASKO
во всех крупных магазинах бытовой техники
тел.: (095) 931-95-70
www.askorus.ru

Извещение

ЗАО «Издательский Дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)

7743038046 (ИНН получателя платежа) № 40702810338040105252 (номер счета получателя платежа)

в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)

БИК 044525225 № 30101810400000000225
(номер кор.сч.банка получателя платежа)

подписка на журнал
☐ гастрономъ
☐ ШКОЛА гастронома
☐ гастрономъ + ШКОЛА гастронома

на 2005 год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

(наименование платежа)

Сумма платежа ________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ________ руб. ________ коп.

Кассир

Квитанция

ЗАО «Издательский Дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)

7743038046 (ИНН получателя платежа) № 40702810338040105252 (номер счета получателя платежа)

в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)

БИК 044525225 № 30101810400000000225
(номер кор.сч.банка получателя платежа)

подписка на журнал
☐ гастрономъ
☐ ШКОЛА гастронома
☐ гастрономъ + ШКОЛА гастронома

на 2005 год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

(наименование платежа)

Сумма платежа ________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ________ руб. ________ коп.

Кассир

читайте в следующих номерах:

- теплая закуска из моркови и пастернака
- миндальный суп
- жаркое по-средиземноморски
- кукуруза в молоке
- виноградный торт
- яблочный пай
- томатные соусы
- лечо



следующий номер выйдет 5 сентября

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

«   »   2005 г.

(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

«   »   2005 г.

(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№16 (42), август 2005

выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Председатель совета директоров Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина

РЕДАКЦИЯ:
главный редактор Андрей Захарин
главный художник Ирина Лещенко
зам. главного редактора Александр Стариков
бильдредактор-стилист Екатерина Овсепян
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Ольга Пахтусова
фотограф Дмитрий Курбатов
редакторы Александр Ильин, Ирина Мосолова, Татьяна Олефиренко
веб-редактор Юлия Товбина
корректоры Галина Крикунова, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина
Отдел рекламы: Николай Акимов, Елена Матвеева, Жанна Русакова, Марина Челознова
тел.: 725-1071

Отдел маркетинга: Эля Нагаева (директор), Зоя Галишникова, Анна Мельникова
тел.: 725-1070

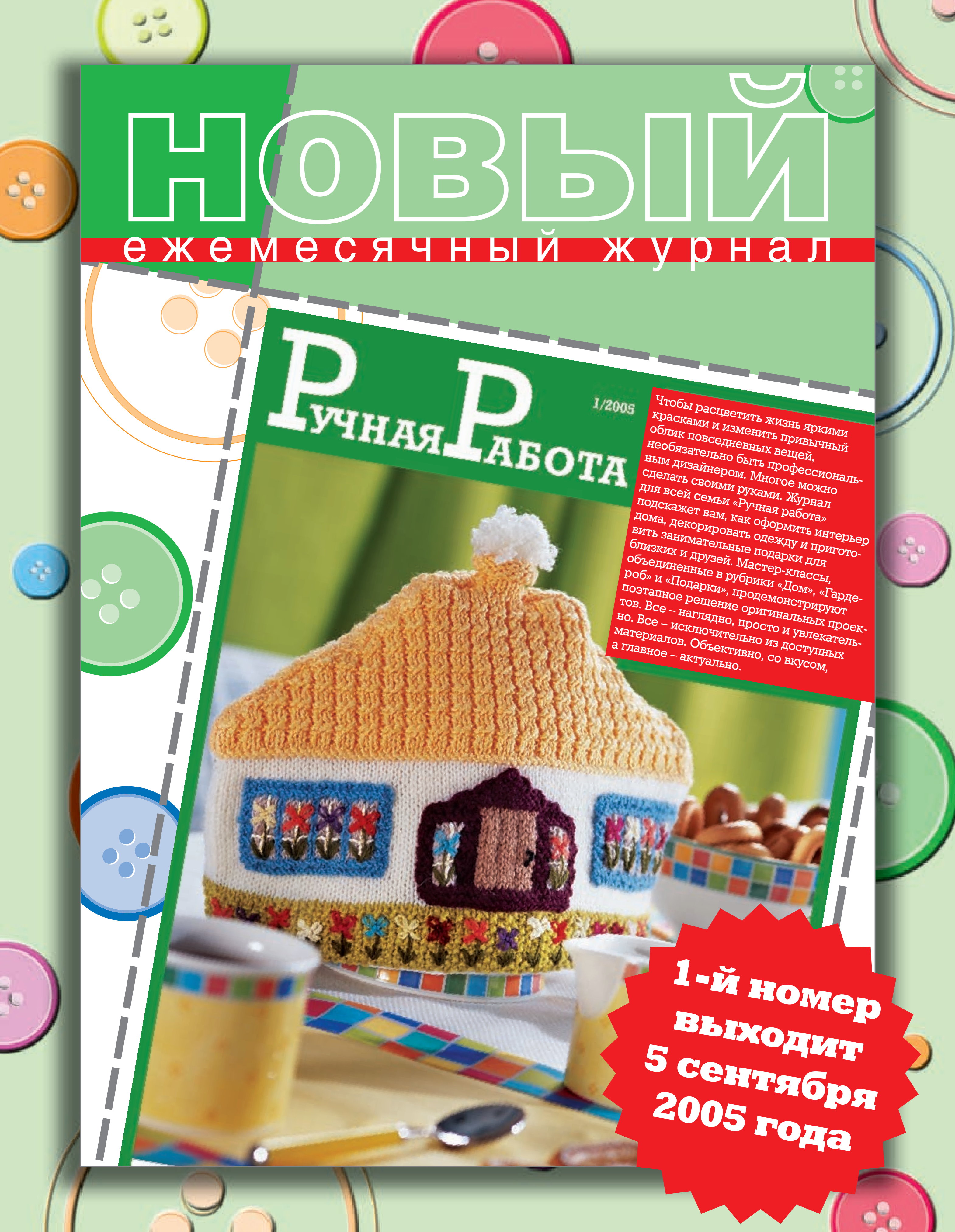
Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Телингатер (менеджер по Москве), Елена Царева, Наталья Симонова (менеджеры по регионам)
тел.: 725-1070
Подписка: Ольга Никулушкина
тел.: 792-5562

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс»
тел.: 795-0295
Предпечатная подготовка: Марианна Геннинг, Вера Давыдкина, Екатерина Панюшкина
Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 203 900
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Дмитрий Курбатов

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07.2003 г.


TABASCO®
BRAND PRODUCTS
Соусы TABASCO® рядом с солью и перцем
на Вашем столе каждый день
Всего несколько капель добавят неповторимый вкус и аромат коктейлям, супам, салатам, пицце, блюдам из мяса, птицы, морепродуктов, овощей, яиц.
MADE IN U.S.A.
McILHENNY CO.
AVERY ISLAND
LA.
TABASCO
BRAND
PEPPER SAUCE
150ml
Chipotle
5 fl oz (148mL)
150mL
Эксклюзивный дистрибьютор в России – ООО «Торговая компания Ю.Эс.Т.П.»
Тел: (095) 259-66-11, 259-61-33, 259-57-73,
факс: (095) 253-37-44, www.ustp.ru
Made in USA
The TABASCO marks, bottle and label designs are the exclusive property of McIlhenny Co., Avery Island, LA 70513. www.TABASCO.com



НОВЫЙ
ежемесячный журнал
Ручная Работа
1/2005
Чтобы расцветить жизнь яркими красками и изменить привычный облик повседневных вещей, необязательно быть профессиональным дизайнером. Многое можно сделать своими руками. Журнал для всей семьи «Ручная работа» подскажет вам, как оформить интерьер дома, декорировать одежду и приготовить занимательные подарки для близких и друзей. Мастер-классы, объединенные в рубрики «Дом», «Гардероб» и «Подарки», продемонстрируют поэтапное решение оригинальных проектов. Все – наглядно, просто и увлекательно. Все – исключительно из доступных материалов. Объективно, со вкусом, а главное – актуально.
1-й номер выходит 5 сентября 2005 года